

國立東華大學
National Dong Hwa University
姐妹校國際交換交流學生心得報告
International Inbound Exchange Student Report

姓名 Name	張李彬	國籍 Nationality	中國
學號 School No	W10783401		
交換系所 Host Department	臨床與諮商心理學系		
原學校 Home University	華中師範大學		
原系所 Home Department	心理學院心理學系		
交換交流期間 Exchange Period	自 From <u>2019</u> 年 year / <u>2</u> 月 month 至 To <u>2019</u> 年 year / <u>6</u> 月 month		

在臺灣的 4 個月，133 天，3192 個小時，太多體驗，太多經歷，太多難忘。

還記得剛來時候的感覺，從飛機的視窗看到臺灣這片土地是興奮的，迫不及待的，期待著接下來在臺灣的幾個月。第一次踏上臺鐵，因為上錯月臺，幾乎還差一秒就趕不上當天最後一趟來花蓮的普悠瑪，這註定讓我和臺鐵結下了不解之緣。也因為臺鐵，讓我認識了一些很不錯的朋友，我們曾一起在 break 學程中討論臺鐵的各種又愛又恨，給臺鐵提出意見，想要讓臺鐵的網站更加人性化，可誰也沒想到的是，正是在我們計畫的半途中，臺鐵網站就進行了更新，更讓人覺得神奇的是竟然和我們想要改成的樣子如出一轍，最後 break 答辯時候，我們只好相視而笑，把酒當歌了。也是因為臺鐵，我能夠領略臺灣的各種美景，能夠感受到一種旅人的味道。從九分到墾丁，從台南到臺北，有數不清的發現，情感和體會，是臺鐵，讓我度過這美妙的旅途。

旅行的確很美好，但是東華校園的生活更加迷人。每天從騎上腳踏車的那一刻起，你就是一名地道地道的東華學子。你可以在湖畔餐廳一邊用餐一邊欣賞東湖的美麗，可以深夜在全家旁邊和朋友一起吃喝聊天，可以登上塔樓一覽東華的全貌，甚至是你可以穿越叢林去尋找華湖。

東華，有你探索不完，感受不盡的神奇。

來到東華，你不僅會被她的美麗所折服，你更會認識到她崇尚環保的理念是多麼的神聖。在東華，拒絕所有的免洗餐具，就連全家便利商店裏，都不會提供一次性的筷子，甚至是吸管也沒有。東華的垃圾是不落地的，你需要將一般垃圾，資源回收，廚餘，都分門別類的包裝好，定時定點的去等待垃圾車的到來。不僅是垃圾回收方面，我有幸參加國際處舉辦的“515 無國界

料理”的活動，剛好這個活動和我所修的課程結合，因為這個活動的理念是盡可能的不產生垃圾，因此如果你想要吃到來自不同地方的各個美食，你就需要自己帶餐具，或者在活動入口處租賃餐具，而我就是負責在活動入口協助餐具租賃的事務。整個活動下來，雖然會很麻煩，但是真的避免了不少的塑膠垃圾的產生，為了更好的環境，寧願過上麻煩生活。這體現在臺灣同學的方方面面，我見識到了一個碗一雙筷，吃完整個夜市，我也見識到了不要塑膠袋把新買的菜直接放進書包，我更認識到一群大學生，不遠千里從花蓮跑到臺西，去關心那裡蚵農的生活，因為環境的污染讓蚵越來越不能生長，那裡人的健康指數越來越低。老實說，我對這些臺灣的同學十分敬佩，我從來沒有想過環保可以做到這樣的程度，我之前從來沒把垃圾分類過，出門都是用一次性的碗筷，怎麼都是想要避免麻煩，多一點方便，而臺灣同學給我的衝擊太過震撼，為了環保，我們需要麻煩生活。

再來就是東華的基礎建設真的很厲害，每一個地方都為不方便的人做到了周全的考慮，只有4層的高度就會有電梯，每一個樓梯，每一個路口旁邊都會有輪椅通行的道路，幾乎每一個廁所，都有為殘障人士設立的專有區域，因此，你所能感受到的，是無所不至的人文關懷。說到人文關懷，不僅是在基礎建設方面，同時也在行政方面，我有去生活輔導組換寢室的經歷，只想所東華換寢室的流程真的很棒，更重要的是老師不會問你任何換寢室的理由，這讓我感到了對隱私的極大的尊重。還有一點必須要提到的是，東華的保健處真的很贊，可以讓你的外傷在最快的時間內被處理，避免感染，況且臺灣的藥基本上都很貴，而學生去保健處不收取任何費用，那裡的老師和同學對你的關懷更是讓人難以忘懷。

可能地震會讓你擔驚受怕不敢睡覺，可能大雨會讓你凌亂不堪不能出門，可我還是覺得東華讓我度過了充滿溫度的4個月。這種溫度，來自於太魯閣的高大奇幻和檸檬汁的酸甜味道，來自佳心木古道的悠久和石板屋的傳承，來自臺東海岸的不可征服和頂頭烈日的灼熱，更加來自花蓮市區的一個店員仍然記得你好幾個月之前向他尋求過的問題。

只能說這是最好的4個月，最美的133天，最充實的3192個小時。

張李彬

2019/6/14